



Durant l'ingrés a l'hospital, li han col·locat una sonda vesical provisional que assegura la sortida de l'orina a l'exterior. Aquest document li proporciona una sèrie de recomanacions per garantir el bon funcionament d'aquest sondatge i per resoldre dubtes que pugueu tenir a casa vostra.

Recomanacions

1. Us heu de dutxar diàriament. Quan us dutxeu, feu-ho amb la sonda sense desconnectar de la bossa recol·lectora.
2. Caldrà que us netegeu, amb aigua i sabó, tant l'àrea genital com l'orifici de sortida de l'orina (meat uretral) i el tros de sonda que surt per fora dues vegades al dia i sempre que vegi brutícia i/o tingueu secrecions.
3. Els homes que no han estat operats de fimosi, després de la higiene, s'han de recol·locar el prepuci en la seva posició natural, cobrint el gland.
4. Hi ha dos tipus de bosses de recollida de l'orina: una per anar a dormir (bossa gran) i una altra per portar durant el dia, que es pot dur a sota del pantalons subjecta a la cama. Eviteu les desconnexions innecessàries. Abans de desconnectar la sonda per fer el canvi de bossa, renteu-vos molt bé les mans.
5. Beveu almenys 2 litres d'aigua al dia (si no hi ha contraindicació mèdica).
6. Si l'orina és sanguinolenta o fosca, augmenteu la ingesta de líquids.
7. El risc més gran de portar una sonda és la infecció, per evitar-la cal seguir les recomanacions següents:
 - Renteu-vos les mans amb aigua i sabó abans de manipular la sonda.
 - Manipuleu la sonda únicament quan sigui necessari (eviteu-ne les desconnexions/connexions innecessàries).
 - La bossa de recollida d'orina no ha de tocar a terra ni tampoc ha d'estar per sobre de la panxa o la cintura del pacient.
 - Buideu regularment la bossa mitjançant la vàlvula inferior de la bossa.
 - No s'ha de portar la sonda amb un tap posat, porteu-la sempre connectada a una bossa.
8. Eviteu fer esforços físics així com agafar pesos, sobretot abdominals, com per exemple aixecar garrafes d'aigua.
9. Si teniu constipació intestinal (estrenyiment), preneu laxants com, per exemple, crema de magnesi.

Alertes

- Si l'orina que es recull en la bossa és nul·la o escassa, comproveu que el tub no estigui doblegat o s'hagi desconnectat accidentalment.
- Tingueu especial cura de no tibar bruscament de la sonda perquè podria sortir i/o lesionar el conducte urinari.
- A vegades la sonda es tolera malament perquè es produeixen espasmes abdominals (contraccions) que poden ser dolorosos. Una manera de millorar-los és evitar fer força amb l'abdomen quan es presenten per exemple realitzant respiracions profundes expulsant l'aire per la boca suaument. Si els espasmes es presenten molt freqüentment, caldrà que ho consulteu amb el metge.
- Cal anar a urgències si:
 - Presenteu coàguls importants o no surt l'orina.
 - Presenteu febre superior a 38°C.
- Recordeu anar a la visita de consultes externes el dia de la cita per retirar la sonda i/o punts.